6.063 Roštenka milánska
100 porcií

Potravina	Veková skupina							
	A		B		C		D	
	Hmotnosť v kg, l, ks							
	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá
hovädzia roštenka	6,00	6,00	7,00	7,00	8,00	8,00	9,00	9,00
olej	0,30	0,30	0,50	0,50	0,60	0,60	0,80	0,80
cibuľa	1,20	1,02	1,50	1,27	1,80	1,53	2,50	2,12
soľ	0,07	0,07	0,09	0,09	0,12	0,12	0,15	0,15
múka hladká	0,15	0,15	0,20	0,20	0,25	0,25	0,30	0,30
rajčiakový pretlak	0,40	0,40	0,60	0,60	0,80	0,80	1,00	1,00
cukor kryštálový	0,10	0,10	0,15	0,15	0,20	0,20	0,20	0,20
korenie čierne celé			0,01	0,01	0,0l	0,01	0,02	0,02
maslo	0,10	0,10	0,10	0,10	0,10	0,10	0,15	0,15
hmotnosť porcie v g	104		130		146		172	
hmotnosť mäsa v g	34		40		46		52	
hmotnosť šťavy v g	70		90		100		120	

Receptúra

Výrobný postup

Mäso umyjeme vcelku pod tečúcou vodou, osušíme, pokrájame na roštenky, ktoré naklepeme, osolíme a opečieme na časti oleja. Opečené mäso vyberieme, do výpeku dáme očistenú, pokrájanú cibuľu, opražíme, pridáme rajčiakový pretlak, vložíme opečené mäso, celé čierne korenie, zalejeme vriacou vodou a dusíme. Mäkké mäso vyberieme, šťavu zahustíme múkou opraženou nasucho, dochutíme cukrom, zjemníme maslom. Varíme 20 minút. Šťavu precedíme.
Príloha: dusená ryža, tarhoňa, varené zemiaky.

Nutričné zloženie 1 porcie

veková skupina	energetická hodnota		bielkoviny	tuky	kyselina linolová	sacharidy	vláknina	vápnik	železo	vitamíny				
										A	B_1	B_2	C	E
	kJ	kcal	g	g	g	g	g	mg	mg	mg	mg	mg	mg	mg
A	620	149	10,83	9,8	1,8	4,0	0,4	16,5	1,8	0,030	0,0	0,1	3,3	2,9
B	793	190	12,72	12,8	3,1	5,7	0,6	20,8	2,2	0,039	0,0	0,1	4,7	3,4

C	927	222	14,60	14,9	3,7	7,3	0,7	24,9	2,6	0,049	0,1	0,1	6,1	3,9
D	1114	267	16,54	18,3	4,9	8,7	0,9	30,8	2,9	0,061	0,1	0,1	7,8	4,4